

GRAFIK ZAJĘĆ FITNESS od 01.10.2022 r.

Godzina	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek
9:30-11:30		TUTW		TUTW	
	<i>Gimnastyka korekcyjna 12:30-16:40</i>	<i>Gimnastyka korekcyjna 12:30-15:40</i>	<i>Policja 14:30- 16:30</i>	<i>Gimnastyka korekcyjna 12:30 -17:25</i>	<i>Gimnastyka korekcyjna 12:30-15:40</i>
16:00 – 16:55					
17:00 - 17:55		Fit Dance- Kamila			Fit Dance - Kamila
18:05 – 19:00	TBC - Asia	CROSS MIX – Mikołaj	TBC - Asia	CROSS MIX – Mikołaj	Stretch-Kamila
19:10 – 20:05	Zdrowy kręgosłup - Natalia	Stretch-Kamila	Trening funkcjonalny - Natalia	ABT - Asia	BALKIS (rezerwacja)
20:15 – 20:40					BALKIS (rezerwacja)

INSTRUKTAŻ NA SIŁOWNI:

Poniedziałek – Piątek

7:00 – 10:00

16:00 – 18:00